

**EDUKASI MENGENAL KESEHATAN JIWA MASYARAKAT DI KAMPUNG
MERGANGSAN LOR KELURAHAN WIROGUNAN YOGYAKARTA****Marita Kumala Dewi^{1*}, Enik Listyaningsih², Dwi Nugroho Heri Saputro³, Resta
Betaliani Wirata⁴**¹⁻⁴STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Email Korespondensi: marita@stikesbethesda.ac.id

Disubmit: 26 Juli 2023

Diterima: 22 Agustus 2023

Diterbitkan: 01 September 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.11202>**ABSTRAK**

Salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian di dunia termasuk di Indonesia adalah kesehatan jiwa. Jumlah kasus gangguan jiwa di Indonesia terus meningkat yang berdampak pada bertambahnya beban negara dan penurunan produktivitas manusia dalam jangka panjang. Tahun 2020 sasaran layanan kesehatan pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) berat sebanyak 1.030 orang. Untuk meningkatkan derajat kesehatan jiwa di masyarakat perlu melibatkan pemerintah pusat, pemerintah daerah, tokoh masyarakat, kader, dan masyarakat. Pelayanan kesehatan bagi penderita ODGJ berat di Kota Yogyakarta oleh sekurang-kurangnya satu dokter atau satu perawat terlatih jiwa atau tenaga kesehatan lainnya. Dibutuhkan strategi pencegahan dan pengendalian terkait permasalahan kesehatan jiwa. Sangatlah penting, sebagai bagian dari pelaksanaan program yang berkelanjutan, upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan pola perilaku masyarakat agar tindakan yang diambil untuk kepentingan masyarakat lebih tepat dan efektif. Dapat dilakukan kegiatan pemberian edukasi kepada masyarakat mengenai kesehatan jiwa melalui program penyuluhan. Hal tersebut dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan jiwa di Kampung Mergangsan Lor Kelurahan Wirogunan, Yogyakarta. Kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap yaitu mengukur tingkat pengetahuan masyarakat sebelum diberikan penyuluhan kemudian diberikan edukasi tentang kesehatan jiwa dan diakhiri dengan mengukur pengetahuan masyarakat tentang kesehatan jiwa setelah diberikan penyuluhan. Hasil dari penyuluhan diperoleh data bahwa tingkat pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan jiwa meningkat. Informasi yang akurat dan tepat tentang kesehatan jiwa masyarakat penting dalam rangka pembangunan kesehatan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan setiap orang untuk hidup sehat guna mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.

Kata Kunci: Edukasi, Kesehatan Jiwa, Masyarakat**ABSTRACT**

One of the health problems that is of concern in the world, including in Indonesia, is mental health. The number of cases of mental disorders in Indonesia continues to increase which has an impact on increasing the burden on the state and reducing human productivity in the long term. In 2020 the target for severe ODGJ health services is 1,030 people. In order to improve the mental

health status of the community, the participation of the central government, local government, community leaders, cadres and the community is needed. Health services for people with severe mental disorders (ODGJ) in the city of Yogyakarta, at least are carried out by a doctor and/or psychiatrist trained nurse and/or other health workers. Prevention and control strategies are needed related to mental health problems. It is very important to make efforts to increase knowledge and patterns of community behavior as a continuous program implementation so that the efforts made to the community are more appropriate and effective. Activity that can be carried out is to educate about mental health through counseling programs. This was done to increase knowledge about community mental health in Mergangsan Lor Village, Wirogunan Village, Yogyakarta. The activity was carried out in several stages, namely measuring the level of public knowledge before being given counseling, then being given education about mental health and ending by measuring the community's knowledge about mental health after being given counseling. The results of counseling obtained data that the level of public knowledge about mental health has increased. Correct and correct knowledge about community mental health is important in the framework of health development which is aimed at increasing awareness, willingness and ability to live healthy for everyone so that the highest degree of health is realized.

Keywords: *Education, Mental Health, Community*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa terus menjadi masalah kesehatan yang serius terjadi di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Sekitar 35 juta orang menderita depresi, 60 juta jiwa menderita gangguan bipolar, 21 juta jiwa menderita skizofrenia, dan 47,5 juta jiwa menderita demensia dikemukakan oleh WHO (2016). Di Indonesia, dengan faktor biologis, psikologis dan sosial yang berbeda serta populasi yang beragam; jumlah kasus gangguan jiwa semakin meningkat dan dalam jangka panjang menambah beban negara serta menurunkan produktivitas manusia.

Menurut Hidayat (2002), kesehatan jiwa meliputi berbagai ciri positif yang menggambarkan keselarasan dan keseimbangan jiwa, yang mencerminkan kematangan kepribadian seseorang. Mengenai pelayanan kesehatan jiwa, dapat dimulai dari masyarakat dengan wujud layanan kemandirian terhadap individu dan keluarganya, tokoh masyarakat di luar sektor kesehatan, pelayanan puskesmas, pelayanan di tingkat kabupaten/kota. Di lingkup Rumah Sakit, pelayanan akut dapat ditangani di rumah sakit umum dan untuk pelayanan spesialis dapat di Rumah Sakit Jiwa.

Sejak Tahun 2002, paradigma kesehatan Indonesia berfokus pada pengobatan dan pencegahan penyakit dengan memanfaatkan sebaik-baiknya peluang yang ada dimasyarakat supaya semakin mandiri dalam menjaga kesehatannya. Pendidikan dan pelatihan kader kesehatan dengan keahlian khusus, termasuk kemampuan menjadi kader kesehatan jiwa (keswa) adalah salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat yang dapat digiatkan. Diperkirakan setahun setelah bencana, berbagai masalah psikososial dan kesehatan mental muncul di propinsi Aceh dan Sumatera Utara. Penelitian pada klien yang menderita masalah psikososial dan ditangani dengan cepat dapat sembuh 25%, mandiri 25%, dan klien yang membutuhkan bantuan 25%. 25% klien penderita gangguan jiwa berat membutuhkan perawatan

komprehensif. Klien dengan gangguan jiwa yang ditangani oleh perawat komunitas mengalami peningkatan dan \pm 45% telah mandiri.

Berpedoman hasil penelitian diperlukan skrining kesehatan jiwa di masyarakat supaya angka gangguan jiwa tidak meningkat. Ada penurunan jumlah gangguan jiwa berat dan gangguan mental emosional dari hasil riset kesehatan dasar (2013) dibandingkan tahun 2007. Penemuan awal masalah kesehatan jiwa diperlukan untuk meningkatkan derajat kesehatan jiwa di masyarakat, supaya individu yang sehat tetap sehat, individu yang berisiko tidak menjadi gangguan jiwa, dan individu yang menderita gangguan jiwa mendapatkan pelayanan memadai agar mandiri dan produktif. Dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan jiwa masyarakat, dibutuhkan andil pemerintah pusat, pemerintah daerah, tokoh masyarakat, kader, dan masyarakat. Hal tersebut melandasi dilakukannya edukasi tentang mengenal kesehatan jiwa melalui metode penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan informasi lebih lanjut tentang kesehatan mental di masyarakat Kampung Mergangsan Lor Kelurahan Wirogunan, Yogyakarta.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Pemerintah Kota Yogyakarta mengeluarkan Peraturan Walikota No. 68 tentang Rencana Aksi Daerah (RAD) Upaya Kesehatan Jiwa dan Narkotika, Psikotropika dan Zat Adiktif Tahun 2018 - 2022 yang bertujuan memenuhi janji Pemerintah Daerah dalam mengurangi beban penyakit yang disebabkan oleh masalah kesehatan jiwa melalui tindakan yang terstruktur dan terkoordinasi. Dalam penyediaan pelayanan kesehatan jiwa, perlu mengintegrasikan dan menyelaraskan kegiatan kesehatan jiwa para pelaku atau pemangku kepentingan lintas sektoral dan masyarakat dengan membagi peran dan tanggung jawab sesuai dengan tupoksi masing-masing dan juga menyediakan referensi bagi pemangku kepentingan dalam perencanaan, penganggaran, pelaksanaan, pemantauan dan evaluasi pelayanan kesehatan di daerah. Oleh karena itu, untuk mengatasi permasalahan penyakit tidak menular (PTM) khususnya masalah kesehatan jiwa diperlukan strategi pencegahan dan pengendalian. Berlandaskan hal tersebut di atas, maka sangat penting dilakukan upaya meningkatkan pengetahuan dan pola perilaku masyarakat sebagai pelaksanaan program yang berkesinambungan sehingga upaya yang dilakukan tepat dan berhasil guna. Kegiatan yang bisa dilakukan adalah dengan memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat mengenai kesehatan jiwa melalui program penyuluhan.

Rumusan pertanyaan dalam artikel ini adalah, bagaimana perbedaan tingkat pengetahuan masyarakat tentang kesehatan jiwa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.



Mergangsan
Yogyakarta City, Special Region of Yogyakarta



Gedung Pe emuan Pancasila Sakti



Gambar 1. Peta Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Menurut Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan (Pemerintah, 2009), sehat adalah keadaan sejahtera baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap individu untuk produktif secara sosial dan ekonomis.

Sehat menurut World Health Organization (WHO) memiliki cakupan yang sangat luas, yaitu suatu kondisi yang sempurna baik fisik, mental, maupun sosial, terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat (Palangkaraya, 2022).

Kesehatan Jiwa merupakan kondisi ketika individu bisa berkembang secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial untuk menyadari kemampuan diri, mampu mengatasi tekanan, mampu bekerja secara produktif, dan mampu memberikan andil untuk komunitasnya (Presiden RI, 2014).

Kondisi ketika seseorang merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup dan mampu menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain merupakan definisi kesehatan jiwa menurut WHO (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Stres adalah respon seseorang, baik fisik maupun psikologis, ketika lingkungan berubah dan diperlukan penyesuaian. Contoh: remaja yang sedang menghadapi ujian sekolah, ibu yang sedang menghadapi anaknya yang sakit.

Respon positif terhadap stres dapat memberikan motivasi pada diri seseorang untuk berusaha. Respon negatif dan keluhan pada individu dapat terjadi ketika stres yang dihadapi terlalu berat atau berlangsung lama (Kemenkes RI, 2019).

Ciri-ciri individu yang sedang mengalami stress:

- a. Respon fisik: jantung berdebar, produksi keringat berlebih, otot tegang, sakit kepala, sakit perut, nafsu makan berkurang, makan berlebih, serta sulit tidur dan tidur tidak nyenyak.
- b. Respon psikis: khawatir, mudah tersinggung, sulit konsentrasi.

Jika stres tidak ditangani, maka dapat menyebabkan gangguan jiwa dan menyebabkan keluhan pada fisik (Kemenkes, 2018).

Cara mengatasi stress adalah dengan beberapa cara seperti berikut ini:

- a. Berpikir positif
- b. Melakukan kegiatan olahraga atau aktivitas fisik yang teratur, tidur dan istirahat cukup, makan makanan dengan gizi seimbang, menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.
- c. Tenangkan pikiran dan kembangkan hobi
- d. Melakukan kegiatan sesuai dengan minat dan kemampuan
- e. Membicarakan keluhan kepada orang dekat yang dapat dipercaya
- f. Rajin melakukan ibadah sesuai dengan agama yang dianut

Gangguan jiwa adalah kumpulan gejala dari gangguan pikiran, gangguan perasaan dan gangguan tingkah laku yang menimbulkan penderitaan dan terganggunya fungsi sehari-hari dari orang tersebut (Kemenkes, 2018).

Menurut UU Nomor 18 tahun 2014, ODGJ adalah individu yang mengalami gangguan pada pikiran, perasaan dan perilakunya, yang termanifestasi dalam gejala dan/atau perubahan perilaku yang signifikan, serta dapat menyebabkan penderitaan serta hambatan untuk melakukan fungsi sebagai manusia.

Berikut ini merupakan faktor penyebab gangguan jiwa

- a. Biologis: ketidakseimbangan zat di otak, keturunan, penyakit di otak, penyalahgunaan narkoba.
- b. Psikologis: tidak mampu beradaptasi dengan perubahan yang ada di lingkungan
- c. Sosial: terdapat masalah yang tidak dapat diatasi, kurangnya dukungan dari keluarga dan lingkungan.
Beberapa langkah yang dilakukan saat mengetahui di lingkungan ada yang mengalami gangguan jiwa:
 - a. Melapor kepada kader kesehatan atau tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan setempat/terdekat.
 - b. Keluarga diberi informasi supaya membawa kerabat yang mengalami gangguan jiwa ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat dengan menyiapkan asuransi kesehatan yang dimiliki.
 - c. Berikan dukungan pada keluarga yang mengalami gangguan jiwa supaya melakukan kontrol rutin dan mengingatkan untuk teratur minum obat, dan apabila telah membaik kondisinya libatkan dalam kegiatan sosial masyarakat.
 - d. Berikan penjelasan bahwa gangguan jiwa dapat ditangani seperti penyakit yang lain contohnya kencing manis, darah tinggi, dll.

4. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di kampung Mergangsan Lor kelurahan Wirogunan dilaksanakan pada bulan Januari - Mei 2022 secara langsung bertempat di Balai RK Mergangsan Lor. Kegiatan ini dilakukan dengan metode penyuluhan kesehatan mengenai kesehatan jiwa masyarakat.

Kegiatan penyuluhan kesehatan jiwa masyarakat ini ditujukan pada warga di kampung Mergangsan Lor kelurahan Wirogunan sebanyak 25 warga. Semua kegiatan dilakukan secara offline dengan mentaati protokol kesehatan.

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai kesehatan jiwa masyarakat pada warga Kampung Mergangsan Lor dilaksanakan dengan langkah sebagai berikut:

- a. Pre-test
Pretest diawali dengan memberikan kuesioner kepada warga masyarakat di kampung Mergangsan Lor kelurahan Wirogunan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mengenai kesehatan jiwa.
- b. Penyuluhan
Penyampaian materi mengenai kesehatan jiwa masyarakat. Kemudian sesi tanya jawab dengan warga.
- c. Post-test
Post-test dilakukan dengan memberikan kuesioner setelah penyuluhan kepada warga di kampung Mergangsan Lor kelurahan Wirogunan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mengenai kesehatan jiwa masyarakat.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

- 1) Poin-poin materi/ kegiatan
 - a) Warga memahami mengenai pengertian kesehatan jiwa
 - b) Warga memahami pengertian stress
 - c) Warga memahami ciri-ciri orang yang mengalami stress
 - d) Warga memahami cara mengatasi stress
 - e) Warga memahami pengertian gangguan jiwa
 - f) Warga memahami penyebab gangguan jiwa
 - g) Warga memahami langkah yang dilakukan saat mengetahui di lingkungan ada yang mengalami gangguan jiwa
- 2) Hasil post-tes penyuluhan
Hasil post-test menunjukkan bahwa 88% remaja memiliki tingkat pengetahuan sangat baik dan 12% dalam kategori baik.





Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

b. Pembahasan

Sebelum dilangsungkan penyuluhan, asisten PkM memberikan soal pre-test kepada seluruh peserta yang hadir. Pemilihan partisipan dalam pengabmas ini menggunakan beberapa kriteria yaitu kader kesehatan di Kampung Mergangsan Lor dan keluarga dengan anggota keluarga penderita gangguan jiwa (ODGJ) yang bersedia mengikuti program pengabmas ini. Kegiatan pengabmas ini meliputi pre-tes, penyuluhan, dan diakhiri dengan post-tes.

Warga di kampung Mergangsan Lor kelurahan Wirogunan telah mengetahui tentang kesehatan jiwa termasuk stress yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Namun, untuk cara mengatasi stress masih banyak warga yang belum dapat menjelaskan sebelum diberikan penyuluhan. Pengetahuan peserta sudah memadai, namun masih ada beberapa hal yang belum diketahui dengan baik dan benar kaitannya dengan mengatasi stress.

Pengetahuan warga kaitannya dengan sehat sudah bisa menjelaskan bahwa keadaan sehat tidak hanya tentang fisik saja namun juga kesejahteraan jiwanya. Hal tersebut sesuai dengan uraian WHO (2013) bahwa sehat merupakan keadaan sejahtera antara fisik, mental, maupun sosial yang merupakan satu kesatuan. Pernyataan tersebut juga selaras dengan Undang-Undang nomor 36 tahun 2009 mengenai kesehatan.

6. KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa informasi yang benar dan tepat tentang kesehatan jiwa masyarakat penting dalam rangka pembangunan kesehatan yang tujuannya untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan setiap orang agar hidup sehat supaya tercapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya, sebagai investasi dalam membangun sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi. Kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan warga mencapai 88% sesuai dengan hasil evaluasi kegiatan penyuluhan. Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang dilakukan maka rekomendasi bagi kegiatan ini adalah melaksanakan kaderisasi jiwa untuk meningkatkan perubahan pada sikap dan perilaku masyarakat serta meningkatkan pengetahuan warga tentang pentingnya kesehatan jiwa dan aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari dalam mengatasi stress.

- Presiden RI. (2014). Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa. *Pemerintah Pusat*, 1. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/38646/uu-no-18-tahun-2014>
- Videbeck, S. (2020). *Psyciatric Mental Health Nursing (Leo Gray (ed.)* (8th ed.). Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
- Wibowo, D. A., & Zen, D. N. (2020). Pentingnya Pengetahuan Masyarakat Tentang Kesehatan Jiwa Di Dusun Cimamut Kabupaten Ciamis. *Abdimas Galuh*, 2(1), 65. <https://doi.org/10.25157/ag.v2i1.3344>
- Wijaya, Y. D., & Psi, M. (2019). *Kesehatan Mental di Indonesia : Kini dan Nanti*. 1(1).
- Woods, P., & Kettles, A. M. (2009). Risk Assessment and Management in Mental Health Nursing. In *Risk Assessment and Management in Mental Health Nursing*. <https://doi.org/10.1002/9781444312171>
- Yuliani, R., dr. Diah S. Utami, S. M., drg. Luki Hartanti, M., dr. Natalingrum S, S. Mk., Dr. Albert Maramis, S., Akemat, Sk. Mk., dr. Dewi R. Anggraini, Mk., Setio Nugroho, S., MH, dr. N. H., Ns. Lidiya Sembiring, S. K., • dr. O. F., & • Marleni Desnita, S. P. (2018). *Kesehatan Jiwa Di Masyarakat*. <https://depkes.go.id/article/view/19101600004/pentingnya-peran-keluarga-institusi-dan-masyarakat-kendalikan-gangguan-kesehatan-jiwa.html>
- Yusuf, A.H, F., & ,R & Nihayati, H. . (2015). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa, 1-366. <https://doi.org/ISBN 978-xxx-xxx-xx-x>
- Zachra, A., Khodijah, S., Kedokteran, P. P., Kedokteran, F., & Maret, U. S. (n.d.). Efektivitas Akses Pelayanan Kesehatan Mental pada Puskesmas Sebagai Layanan Kesehatan Primer di Indonesia. 0-4.